



記者提供資料
2026年(令和8年)5月14日
福祉局あかし保健所 健康推進課(平松・草野) 078-918-5657(内線8001)

「2026 健康フェスタin Akashi」の開催

～見つけよう! 健康づくりの My ルーティン～

熱中症予防が重要になる時期を迎えるとともに、「食育月間」、「歯と口の健康週間」、「禁煙週間」にあわせ、それぞれの分野に関する啓発ブースを出展し、熱中症予防や健康づくりについて楽しく体験しながら知識を得ることができる子どもも大人も楽しめるイベントを開催します。

スタンプラリー形式で各ブースを回り、スタンプを全て集めると参加賞をプレゼントします。

1 日時

6月7日(日) 12:00～15:00

2 場所

あかし市民広場(パピオスあかし2階)

3 内容(別紙チラシ参照)

① 熱中症

- ・ブレーキング、こまめな水分・塩分補給の啓発、ひと涼みスポットの紹介
- ・熱中症予防キャッチフレーズ採用作品の公表と募集

② 栄養

- ・朝ごはんの展示とおかずの試食
- ・減塩みそ汁の試飲

③ 歯科

- ・歯ブラシ交換とデンタルケア用品の展示
- ・噛む力の測定

④ たばこ・アルコール

- ・骨強度測定
- ・純アルコール量やお酒とのつきあい方の紹介

⑤ 健康づくりの Myルーティン

- ・Myルーティンの啓発展示と来場者による Myルーティンの宣言

⑥ 介護予防

- ・「ずっと元気!いきいきプロジェクトあかし」の紹介
→ステージで市長によるキャッチフレーズやロゴの紹介

4 昨年の様子



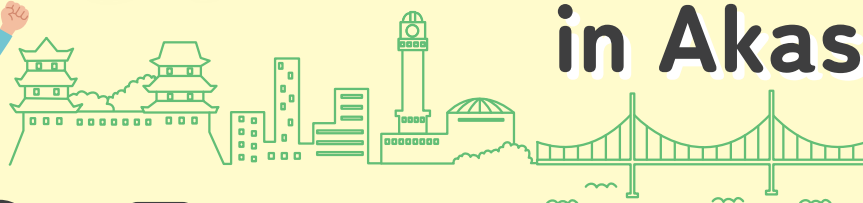
2026

見つけよう！
健康づくりの

My ルーティン

参加
無料

健康フェスタ



イン アカシ
in Akashi

日時

6月7日 12:00~15:00

場所

あかし市民広場

(パピオスあかし2階)

スタンプラリーで
参加賞を
プレゼント

限定ステージ企画で
景品がもらえる
チャンスも！(14:20~)

熱中症予防

STOP熱中症！～みんなで
暑い夏を乗り越えよう～

さまざまな熱中症対策を知り、熱中症予防
キャッチフレーズを考えよう！

協力

大塚製薬株式会社
環境創造課



栄養

朝ごはんを食べて、朝から
熱中症を予防しよう！

お手軽に食べられる朝ごはんの展示と
おかずの試食(先着400食)を提供します。
出汁を効かせたみそ汁も味見！

協力

まごごろ弁当神明店
配食のふれ愛明石本店
明石いずみ会



新しい健康づくり
プロジェクトを当日発表！
あなたの元気を支える
3つのヒントを大公開！

歯の健康

しっかりかめていますか！？
～かむ力を測ってみよう～

専門の機器を使ってかむ力を測定
してみよう

使用済みハブラシを新しいハブラシに
交換します！(1家族1本)



協力

住友理工株式会社
ライオン株式会社

たばこ・アルコール

骨の強さを測ってみよう！
あなたの骨は大丈夫？

たばこ・アルコールは骨にも悪影響が
あります。身近に潜む依存の危険を学
びましょう

協力

明治安田生命保険相互会社



ブースを回って...

「健康づくりのMyルーティン」を宣言しよう！

【お問合せ先】

明石市 健康推進課

TEL:078-918-5657/FAX:078-918-5440

MAIL:kenkou@city.akashi.lg.jp

協力 あかし健康ソムリエ会



詳しくはこちら
(市ホームページ)